



ОЧИЩЕНИЕ БИОПОЛЯ

ЭНЕРГОИНФОРМАЦИОННЫЙ
КУРС ПРАКТИК

ОЧИЩЕНИЕ

САМОИСПОВЕДЬ

Стартуем мы с практики «Самоисповедь». Всегда важный момент для начала – это избавиться от прежнего. В том числе и от прежнего себя. Но начать лучше с принятия на себя ответственности. Вы и только Вы в ответе за свою жизнь, за то, что имеете сейчас, как выглядите, сколько зарабатываете и с кем живёте. Учимся сразу обращать внимания на себя – мир только лишь отражает нас. И как раз практика дня – это практика с зеркалом



К курсу прилагаются медитации на каждый из этапов. Для сонстройки слушаем медитацию или в наушниках, или достаточно громко включенной. Можно сделать запрос для тела: «Дорогое мое тело, прояви для меня в доступной и понятной форме с чем мне необходимо проститься и что актуально проявить на данный момент». Затем медитацию включаем фоном на повтор, чтобы коды и энергия помогли Вам далее в самостоятельной практике в общении с собой

Садимся перед зеркалом. Желательно достаточно большим, чтобы видеть себя как собеседника и отслеживать свои реакции. И буквально проговариваем: «Я, ФИО, беру на себя ответственность за свою жизнь и за то, что имею в данный момент. За работу, за уровень дохода, отношения (говорим актуальное, что вызывает желание исправить) – это моя личная ответственность. Всё это следствие моих выборов, действий и мыслей. Я это Я и моя жизнь — это только моя жизнь. Есть только Я и есть только мой Мир».

ОЧИЩЕНИЕ

Будьте честны с собой и откровенны. Далее начните самоисповедоваться перед собой. Важно, чтобы Вас простил ни священник, ни психолог, ни Всевышний, а Вы себя! Выговаривайте себе за что Вы в обиде на себя, что запрещали себе и чем ограничивали, совершали проступки и за что себя вините. Расскажите себе, чего вы боитесь. Страх проявленный в голос теряет свою силу. Честно признайте, что вы можете быть слабым и беспомощным. Заходите в самые дальние уголки ваших кладовок с залежами информации. Есть ли вам за что себя простить? За ограничения и страх в проявлении людям, быть собой? Беседуйте с собой, как с лучшим другом. Ведь ближе Вас у Вас никого нет, помните это!



Суть этой практики заключается в том, что мы проявляем слепые зоны отношения к себе. Я всегда говорю людям на сеансах: «Что проявлено, то уже исцелено». Поэтому важно вывести в ясность недосказанности с собой, обиды, огорчения. Ваше тело Вас слышит всегда. Будьте для себя самым лучшим собеседником!

После того, как «выпустите пар» начните себя хвалить. Все ли так плохо, как было ранее озвучено? Напомните себе об уникальных качествах, что вы храните в себе. Помните, что внутри вас всегда есть маленький ребенок, который жаждет внимания и похвалы. Так хвалите себя сами!

Внимательно следите за реакцией тела. Как оно себя чувствует, что сигнализирует во время разговора и на какие именно ситуации или фразы. Если тело проявило зажим, то старайтесь глубже пойти в тему и найти ядро формирования зажима